

О ПРОБЛЕМЕ ИНТЕРНЕТ-ЗАВИСИМОСТИ ИНОСТРАННЫХ СТУДЕНТОВ

Лапузина Е.Н., Космачева Т.С., Лапузина Е.В., Украина, Харьков
Национальный технический университет «ХПИ»

Технический прогресс остановить невозможно, и компьютерная грамотность становится составляющей общей грамотности, свидетельством образованности, цивилизованности человека. Трудно представить себе специалиста, претендующего на хорошую должность и при этом не владеющего компьютером. Наряду с этим, рост количества пользователей компьютерных технологий, распространение компьютерных сетей, Интернет, различного рода программ – факторы, так или иначе влияющие на каждого. В результате компьютеризации человечество столкнулось с проблемой последствий этой связи «компьютер-психика». О ее актуальности говорит тот факт, что в 1996 году в американской официальной классификации психических болезней (DSM) появился новый раздел «кибернетические расстройства», которые вызываются переутомлением и стрессами в результате продолжительного пребывания в виртуальной реальности.

Некоторые специалисты ведут речь о появлении так называемого синдрома «Интернет – зависимости», когда человек «поглощается» информационными, игровыми и иными видами компьютерной деятельности, теряет чувство реального времени, зачастую уходя в мир виртуальной реальности от настоящей реальности [1].

Если в середине-конце 90-х годов XX столетия в числе наиболее частых занятий студенты называли слушание музыки и просмотр телепередач, то теперь увлечение компьютером потеснило прежние увлечения. Около 70% современных студентов, отвечая на вопрос о своих интересах и увлечениях, упоминают компьютер, практически наравне с занятиями спортом, прогулками общением и с друзьями.

К сожалению, на сегодняшний день проблема Интернет-зависимости украинскими учеными исследована недостаточно, отсутствуют общепризнанные критерии и подходы к её решению. Так, существует очень небольшое число отечественных источников, освещающих проблему психологических последствий информатизации, как для украинских, так и для иностранных студентов, а исследования, проведённые в этой области по большей части носят фрагментарный, частный характер.

Когда специалисты говорят о компьютерной или Интернет-зависимости, имеется в виду, что люди предпочитают жизнь в компьютерных играх и Интернете реальной жизни, проводя в виртуальной реальности до 18 часов в день. По данным различных исследований, Интернет-зависимыми сегодня являются около 10% пользователей во всем мире. Украинские психиатры считают, что в нашей стране таковых 4-6%. От практикующих психиатров все чаще поступают данные об увеличении количества пациентов, основные жалобы которых связаны с влиянием Интернета.

В 2000 году примерно 110 миллионов американцев были подключены к Интернету. В 2007 году оно достигло 200 миллионов в США и 230 миллионов в Китае, который стал мировым лидером по количеству пользователей Интернета. И это число неуклонно растёт. Вместе со всеобщей популяризацией Интернета увеличивается и количество Интернет зависимых людей, что может оказаться для них серьезной проблемой, так как о методах лечения и о природе болезни известно очень мало. Таким образом, понятие «Интернет-зависимости» можно определить как навязчивое желание войти в Интернет, находясь off-line, и неспособность выйти из Интернета, будучи on-line.

Вопросы поддержки и развития Интернет-технологий, которые ранее рассматривались только в контексте утилитарного использования, в настоящее время подвергаются тщательному анализу в отношении психического здоровья населения. Во многих странах мира активно разрабатываются предохранительные программы, создаются центры восстановления и группы поддержки активных пользователей персональных компьютеров. Новые

области исследований включают в себя развитие стандартных диагностических инструментов для определения кибер-зависимых людей и оценку их состояния, чтобы в будущем понять роль связи и влияния Интернета на другие установившиеся привычки (например, алкоголизм, увлечение азартными играми) и психиатрических состояний (например, депрессия, маниакально-депрессивные расстройства, снижение устойчивости внимания).

Термин "зависимость" (addiction) был заимствован из лексикона психиатров для облегчения идентификации проблемы Интернет-зависимости путем ассоциации ее с характерными социальными и психологическими проблемами. Ученые утверждают, что можно рассматривать от 1 до 10 симптомов Интернет-зависимости:

- слишком частая проверка почты;
- сокращение времени на прием пищи на работе и дома, еда перед монитором;
- вход в Интернет в процессе не связанной с ним работы;
- жалобы окружающих на ваше чрезмерное долгое сидение за компьютером;
- потеря ощущения времени on-line;
- более частая коммуникация с людьми on-line, чем при личной встрече;
- игнорирование семейных и рабочих обязанностей, общественной жизни, научной деятельности или состояния своего здоровья в связи с углубленностью в Интернет;
- невозможность сократить время пребывания в Интернете;
- пропуск еды, учебных занятий, встреч или ограничение во сне ради возможности быть в Интернете;
- вход в Интернет с целью уйти от проблем или заглушить чувства беспомощности, вины, тревоги или подавленности.

Среди критериев зависимости от Интернета выделяют следующие: количество времени, чрезмерно проводимого в сети; увеличивающееся беспокойство при нахождении в реальном мире; ложь или скрывание

количества времени, проведенного в киберпространстве или же вялое функционирование в реальном мире. Частично это исследование доказывает, что злоупотребление Интернетом ведет к социальной изоляции, увеличивающейся депрессии, неудачам в учебе, финансовому неблагополучию и даже к потере работы.

«Интернет-зависимость» – это широкий термин, обозначающий большое количество проблем поведения и контроля над увлечениями. Основные 4 типа проблем, которые были выделены в процессе исследования, характеризуются следующим образом.

1. *Пристрастие к виртуальным знакомствам* – избыточность знакомых и друзей в Сети.
2. *Навязчивая потребность нахождения в Сети* – игра в азартные игры on-line, постоянные покупки или участия в аукционах.
3. *Информационная перегрузка* (навязчивый web-серфинг) – многочасовая работа в Сети, поиск информации по базам данных и различным сайтам.
4. *Компьютерная зависимость* – навязчивая игра в компьютерные игры (Doom, Quake, Unreal, Star Craft).

Качественный анализ показал, что главенствующим фактором, благодаря которому все эти явления получили широкое распространение, является анонимность личности в Сети. Виртуальный мир, в котором человек чувствует себя намного комфортней, чем в реальной жизни создает угрозу для успешности реальной жизни. IRC – аббревиатура, обозначающая такую услугу Интернета, как возможность общения сразу с несколькими пользователями Интернета в реальном времени. Вместо того чтобы разговаривать по телефону с одним собеседником, вы можете подключиться к Сети с помощью клавиатуры и общаться сразу с большим количеством незнакомых людей. В Сети человек чувствует себя спокойнее: не надо думать о внешности и обо всем остальном (т.е. не имеют значения внешность, коммуникативные умения и т.д.). Американский исследователь М.Пиак справедливо отмечает: «Для некоторых IRC является местом, где можно отдохнуть и сбежать от реальной жизни».

Общаясь в Интернете, можно сказать все, что вздумается, не заботясь об ответственности [2].

Сегодня важную роль Интернет-технологий понимают и используют не только специалисты и преподаватели ВУЗов, но и школьники, студенты. На подготовительном факультете для иностранных граждан НТУ «ХПИ» было проведено исследование, связанное с выяснением наличия Интернет-зависимости у обучающихся. В процессе проведения эмпирического исследования психологических характеристик студентов, активно работающих в сфере современных информационных технологий, было проведено тестирование. С этой целью использовался русскоязычный вариант опросника, разработанный Кимберли Янг и адаптированный для восприятия иностранными студентами [3]. Основными респондентами являлись студенты подготовительного факультета для иностранных граждан НТУ «ХПИ» (90 студентов) в возрасте 17-20 лет, среди которых 17 девушек и 73 юноши. Студенты – младшие специалисты экономического профиля, обучающиеся в Центре подготовки иностранных граждан НТУ «ХПИ», также принимали участие в тестировании (11 человек: 7 девушек и 4 юношей в возрасте от 18 до 24 лет).

В результате проведенного исследования мы пришли к следующим выводам.

1. Иностранные студенты считают Интернет чрезвычайно полезным открытием.
2. У тестируемых студентов наблюдается потребность в Интернете, которая, по их мнению, прежде всего, помогает им в учебе.
3. Около 65% иностранных студентов не опасается негативного влияния компьютера и Интернета на их здоровье.
4. Важнейшим фактором привлекательности Сети для 75% студентов выступает возможность осуществления потребности в общении, причем как on-line (в режиме реального времени при помощи чатов, конференций), так и off-line (с использованием электронной почты). Большинство тестируемых

данной группы считают, что с людьми намного легче общаться посредством Интернет, нежели лично.

5. Однако у 24% студентов подвержены синдрому Интернет-зависимости (рис.1).

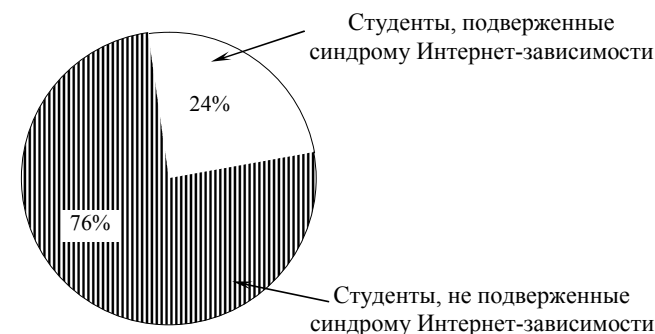


Рисунок 1. – Результаты тестирования студентов ПФ НТУ «ХПИ», 2007-2008 уч. годы

Все виды деятельности, осуществляемые посредством Интернета, такие как общение, познание или игра, обладают свойством захватывать человека целиком и не оставлять ему времени и сил на реальную жизнь. Часто Интернет-зависимость – это следствие гиперкомпенсации внутриличностных проблем человека. В связи с этим сегодня крайне важно информировать студентов о существующей проблеме Интернет-зависимости, о профилактических мерах, предотвращающих данное «заболевание», формировать у них как компьютерную культуру, так и культуру общения в Интернете.

Список литературы:

1. Боровиков А.М. «Модус контроля как фактор стрессоустойчивости при компьютеризации профессиональной деятельности». – Психологический журнал. – 2000г. – №1. – т.21 — С.75-68.
2. Дроздов А.Ю. «Издержки «виртуального зазеркалья», или кое-что о феномене компьютерной агрессивности». – М., 1997 г. – 120 с.
3. Бирюков В. «Сеть и наркомания». – Компьютерный еженедельник «Компьютер», №16 – 1998г. – С.13-15.